

**برنامج إرشادي مقترح قائم على النظرية السلوكية  
المعرفية لخفض درجة العجز المتعلم لدى الطلاب ذوي  
صعوبات التعلم**

علي موسى الصبيحين \*

# برنامج إرشادي مقترح قائم على النظرية السلوكية المعرفية لخفض درجة العجز المتعلم لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم

والاجتماعي في المجتمع الذي يعيشون فيه.

ويعاني الأطفال ذوي صعوبات التعلم من تكرار الفشل، وانخفاض مستوى التحصيل الدراسي، وافتقارهم إلى الدافعية للإنجاز والنجاح، فمحاولات الطفل غير الناجحة التي يقوم بها لحل المشكلات والواجبات التي تعرض عليه تجعله أقل قبولاً لدى أقرانه ومعلميه، وربما أيضاً لدى أفراد الأسرة. ويعزز الفشل المتكرر للطفل الاتجاهات السالبة للآخرين نحوه، ومن ثم يزداد لديه الشعور بالإحباط، مما يؤدي إلى سوء التوافق، وانخفاض صورة الذات لديه، ويصبح هؤلاء الأطفال مع مرور الوقت، وتقادم حدة صعوبات التعلم لديهم، وعدم وجود برامج للتدخل العلاجي، مفتقدين لتعاون الآخرين مما يعمق لديهم الشعور بالعجز وعدم الثقة بالنفس. (السرطاوي والسرطاوي، [1]؛ نداء، [2]؛ عبيد، [3]؛ السعيد، [4]). ويرى الخطيب [5] بأن الأطفال ذوي صعوبات التعلم يمتلكون قدرات تخفي الضعف في أدائهم، فهم قد يسردون قصصاً رائعة بالرغم من أنهم لا يستطيعون الكتابة، وهم قد ينجحون في تأدية مهارات معقدة جداً رغم أنهم قد يخفقون في إتباع التعليمات البسيطة، وهم قد يبدوون أذكاء، وليس في مظهرهم أي شيء يوحي بأنهم مختلفين عن الآخرين، ألا إنهم يعانون من صعوبات جمة في بعض المهارات المدرسية، فبعضهم يجد صعوبات في تعلم القراءة، وبعضهم عاجز عن الكتابة، وبعضهم يرتكبون أخطاء متكررة ويواجه صعوبات في تعلم الرياضيات. وهم ينجحون في تعلم بعض المهارات ويخفقون في أخرى، ولديهم تبايناً في القدرات التعليمية، وهذا التباين يوجد بين التحصيل والذكاء، ولذا فإن الأخصائيون

الملخص\_ هدفت الدراسة الحالية إلى تصميم برنامج إرشادي مقترح قائم على النظرية السلوكية المعرفية للأطفال ذوي صعوبات التعلم الذين يعانون من حالة العجز المتعلم. يتكون البرنامج من (14) جلسة لمدة سبعة أسابيع، مدة كل جلسة بين (40 - 50) دقيقة. يحقق فيها الأطفال مجموعة من الأهداف من خلال ممارسة مجموعة من المهارات والأساليب والفنيات المساعدة في التخلص من حالة العجز المتعلم والشعور بالأهمية والإنجاز. ويوصي الباحث باستخدام البرنامج المقترح من قبل المرشدين الطلابيين والأخصائيين النفسيين في المدارس. وكذلك يمكن استخدام البرنامج من قبل الأهالي للاستفادة من الأنشطة والفنيات المتوفرة فيه.

**الكلمات المفتاحية:** الأطفال ذوي صعوبات التعلم، العجز المتعلم، النظرية السلوكية المعرفية، برنامج إرشادي مقترح.

## 1. المقدمة

بدأ الاهتمام بمجال صعوبات التعلم متأخراً مقارنة بمجالات التربية الخاصة الأخرى (العقلية والسمعية والبصرية). ولكن على الرغم من تلك البداية المتأخرة، إلا إن مجال صعوبات التعلم نال من المهتمين والمتخصصين والباحثين قدراً كبيراً من الاهتمام والرعاية والبحث، ولعل ذلك يرجع إلى أن مفهوم صعوبات التعلم مفهوم غامض نسبياً قياساً إلى مفاهيم وفئات التربية الخاصة الأخرى، ويرى البعض أن الأطفال ذوي صعوبات التعلم ليسوا فئة واحدة، ويشكل هذا المفهوم طيفاً واسعاً من الأطفال، ولكن ذلك لم يمنع الاهتمام بالطلاب ذوي صعوبات التعلم وبرامجهم التربوية والتعليمية والإرشادية، لكونهم يمتلكون قدرات عقلية لا تتناسب تحصيلهم الأكاديمي يمكن استغلالها وتمييزها لمساعدتهم في الوصول إلى حالة من التكيف النفسي، والتربوي،

ب. هدف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية لتصميم برنامج إرشادي مقترح يستند إلى النظرية السلوكية المعرفية لمساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم في مرحلة التعليم المتوسطة.

ج. أهمية الدراسة

تظهر أهمية الدراسة الحالية على المستويين النظري والتطبيقي من خلال النقاط التالية:

الأهمية النظرية: تسهم الدراسة الحالية في إلقاء الضوء على بعض الحقائق والمهارات التي تساعد الأطفال ذوي العجز المتعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم لديهم، والتي يجب أن يعرفها ويعيها الأطفال من هذه الفئة. الأهمية التطبيقية:

1. توفير برنامج إرشادي مقترح لمساعدة الأطفال ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم ويمكن أن يستفيد منه العديد من أطفال هذه الفئة.
2. لفت نظر الآباء والمعلمين إلى أهمية المهارات اللازمة والمساعدة في التخلص من حالة العجز المتعلم.
3. مساعدة المرشدين والأخصائيين والعاملين مع الأطفال ذوي صعوبات التعلم في الاستفادة من البرنامج الإرشادي المقدم في هذه الدراسة لاستخدامه مع تلك الفئة من الأفراد.
4. إثارة اهتمام الباحثين للقيام ببناء وتصميم برامج تستند إلى النظريات الإرشادية الأخرى كالواقعية، والجشلت، ونظرية الذات، وغيرها.

د. مصطلحات الدراسة

أولاً: العجز المتعلم Learned Helplessness

العجز المتعلم هو سلوك مكتسب واستجابة شرطية تؤدي إلى قصور في المجالات المعرفية، والسلوكية، والانفعالية، والدافعية تدعو الفرد إلى الانسحاب من الأنشطة، وعدم بذل ما يكفي من الجهود للتغلب على المشكلات الحياتية والدراسية وتشعره بتدني القيمة والاتكالية.

يشيرون إلى أن المشكلة الرئيسية والمميزة للأطفال ذوي صعوبات التعلم هو التفاوت بين الأداء والقابلية.

ولهذا فان مساعدة الأطفال ذوي صعوبات التعلم على التخلص من حالة العجز لديهم يعتبر أمراً ضرورياً وحيوياً في الحياة اليومية للطفل من هذه الفئة، وذلك بسبب الآثار المترتبة على حالة العجز المتعلم لدى الطفل، وعدم إتقانه المهارات الأكاديمية والتربوية والتعليمية التي يحتاجها في حياته.

2. مشكلة الدراسة

أ. أسئلة الدراسة

تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في تأثير حالة العجز المتعلم على الأطفال ذوي صعوبات التعلم، حيث تعمل تلك الحالة على شعورهم باليأس والإحباط وفقدان الأمل وتدني التحصيل؛ بالرغم من إنه لا ينقصهم الذكاء ولا يعانون من تدني مستوى القدرة العقلية لديهم (الخطيب، [5]، ندا، [2]، السرطاوي والسرطاوي، [1]). فالحاجة ماسة لمساعدتهم من خلال البرامج الإرشادية المتخصصة للتخلص من حالة اليأس والإحباط والعجز المتعلم لديهم، فهم قادرين على التعلم والتدريب والاهتمام والاستفادة من الإرشاد، لكي يطوروا أنفسهم ويتعلمون المهارات والاستراتيجيات التي تساعد على تحسين قدراتهم، ومعارفهم، ومجالات حياتهم النفسية والانفعالية والاجتماعية.

ومن خلال خبرة الباحث في مجال علم النفس الإرشادي مرشداً ورئيساً لقسم الإرشاد التربوي ومدرساً جامعياً، وإيماناً منه بأهمية مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم والتي تظهر من خلال تدني الدافعية للدراسة، وتدني درجات التحصيل الدراسي، وتدني تقدير الذات، وتكرار خبرات الفشل، وفقدان الأمل، جاءت فكرة إعداد برنامج تدريبي مقترح لمساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم بحيث تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في: تقديم برنامج إرشادي مقترح لمساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم في مرحلة التعليم المتوسطة؟

والمعرفية، يتفاعل معها الأطفال ذوي صعوبات التعلم، في المرحلة المتوسطة، وتهدف إلى تخفيض لدرجة العجز المتعلم، وتحقيق الأهداف العامة والخاصة في البرنامج.

### 3. الإطار النظري والدراسات السابقة

هناك العديد من التعريفات لمفهوم صعوبات التعلم؛ وذلك يرجع إلى تعدد المهتمين في المجال من المختصين في الفروع العلمية المختلفة. وعرف كيرك - وهو من أوائل المهتمين بذوي صعوبات التعلم (Kirk) المشار إليه في السرطاوي والسرطاوي وحشان وأبو جودة [7] صعوبات التعلم كالتالي: ترجع صعوبات التعلم إلى عجز أو تأخر في واحد أو أكثر من عمليات النطق، واللغة، والقراءة، والتهجئة، والكتابة، أو الحساب ناتجة عن خلل محتمل في وظيفة الدماغ و/أو اضطراب انفعالي أو سلوكي ولكنها ليست ناتجة عن تخلف عقلي، أو إعاقة حسية أو عوامل ثقافية أو تعليمية.

ويتميز الأطفال ذوي صعوبات التعلم بالخصائص التالية كما اتفق عليها معظم المختصين في شؤون صعوبات التعلم، كما أورها عدد من الباحثين (نداء، [2]؛ عبيد، [3]؛ السعيد، [4]؛ السرطاوي والسرطاوي، [1]) وهي:

أولاً. صعوبات تعلم أكاديمية: وهي السمة الرئيسة لديهم وتمثل في انخفاض التحصيل وصعوبات القراءة، وصعوبات الكتابة، ومشكلات التهجي وصعوبات في الرياضيات: حيث يبدو مستواهم منخفض عن إمكاناتهم وقدراتهم العقلية ومهاراتهم محدودة مقارنة بزملائهم العاديين.

ثانياً: صعوبات تعلم نمائية: وهي واحد من الخصائص الهامة التي تميز الأطفال ذوي صعوبات التعلم، فهم يتفاوتون فيما بينهم في طبيعة ونوعية هذه المشكلات؛ فقد يعاني البعض من صعوبات في الإدراك السمعي أو البصري أو الحركي وقد يعاني البعض الآخر من أكثر من مشكلة إدراكية في وقت واحد.

أ. صعوبات في الإدراك البصري

ب. صعوبات في الإدراك السمعي

ت. صعوبات في الإدراك الحركي والتأزر العام

ويمكن أن يعرف الباحث العجز المتعلم إجرائياً بأنه تدني في الدافعية، والتسويق، والمماثلة في أداء الأعمال، وتدني تقدير الذات، وسهولة الشعور بالإحباط. وهو يعكس الدرجة التي يحصل عليها الطفل ذوي صعوبات التعلم على مقياس العجز المتعلم المستخدم في الدراسة.

ثانياً: الأطفال ذوي صعوبات التعلم Children with learning disability

ويعرف مكتب التربية الأمريكي (التحديد الفدرالي) 1990 مفهوم الأطفال ذوي صعوبات التعلم بأنهم: هم الأطفال الذين لديهم اضطراب في واحدة أو أكثر من العمليات النفسية الأساسية المتضمنة في فهم استخدام اللغة المنطوقة أو المكتوبة، والتي يمكن أن تعبر عن نفسها في قصور القدرة على الاستماع، والتفكير، والتحدث والقراءة والكتابة والتهجي أو إجراء العمليات الحسابية. وهذا المفهوم يشمل حالات الإعاقة الإدراكية والإصابة المخية، وسوء الأداء الوظيفي البسيط للمخ، وعسر القراءة، وحبسه الكلام النمائية، ولا يشمل المفهوم الأطفال الذين لديهم إعاقات بصرية أو سمعية أو حركية أو التخلف العقلي أو الاضطراب الانفعالي، أو سوء الأحوال البيئية والثقافية أو الاقتصادية.

ويتبنى الباحث تعريف ستيل [6] الإجرائي لمفهوم الطفل ذوي صعوبة التعلم حيث يكون لدى الطفل صعوبة خاصة في التعلم عندما:

1. يظهر تباعداً شديداً بين التحصيل الدراسي، والقدرة العقلية في واحدة أو أكثر من المناطق التالية: التعبير الشفهي، الفهم الاستماعي، التعبير الكتابي، مهارة القراءة الأساسية، الفهم القرائي، والعمليات الرياضية والاستدلال الرياضي.

2. لا يكون تحصيل الطالب مناسباً لعمره الزمني ومستوى القدرة لديه.

البرنامج الإرشادي المقترح Program

يعرف البرنامج إجرائياً بأنه: مجموعة من الأنشطة والمهارات والخبرات المقترحة في جلسات يبلغ عددها أربع عشرة جلسة، مخطط لها ومنظمة وتستند إلى النظرية السلوكية

ثالثاً: صعوبات خاصة في الانتباه

رابعاً: صعوبات الذاكرة

خامساً: اضطرابات اللغة والكلام

سادساً: صعوبات في عملية التفكير والتنظيم

سابعاً: اضطرابات السلوك

ثامناً: صعوبات اجتماعية وانفعالية

وتوصلت دراسة هوانغ [8]. الدراسة إلى إن حالة العجز المتعلم كانت بدرجة أكبر لدى الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية إذ حصل الطلاب في هذه المجموعة على درجات متدنية في كل من اختبار تقدير الذات، واختبار الدافع للإنجاز، مقارنة بالعادين، وكانت العوامل الشخصية المكونة من حالة العجز المتعلم وتقدير الذات والدافع للإنجاز منبئات بتحصيل الطلاب، كما إن حالة العجز المتعلم ميزت بين الطلاب الناجحين والراسبين تحصيلياً من مجموعة الطلاب العاديين.

1.2 نسبة انتشار الأطفال ذوي صعوبات التعلم: تختلف التقديرات حول نسبة انتشار صعوبات التعلم، وذلك يرجع إلى عدم وضوح التعريف من جهة، وعدم توفر أدوات واختبارات متفق عليها للتشخيص من جهة ثانية، وإن هناك تزايد في نسبة انتشار الأطفال ذوي صعوبات التعلم داخل المجتمع المدرسي حتى في أكثر الدول المتقدمة كالولايات المتحدة، حيث تبين إن نسبة (6%) من إجمالي عدد الطلاب في المدارس يعانون من صعوبات تعلم. ولكن يمكن القول إن النسبة التي يتفق عليها الباحثون تتراوح من 2% - 3%. (السعيد، [4]؛ عبيد، [3]؛ ندا، [2]؛ أبو نيان، [9]).

2.2 العجز المتعلم: تعود بدايات العجز المتعلم Helplessness للعالم سيلجمان [10] في دراسته على الحيوانات، والتي خلصت إلى أن تعرض الحيوانات والكائنات الحية للصدمة الكهربائية في حال عدم وجود مهرب لها جعلها تكف عن القيام بمحاولات الهروب، مما جعلها تصبح مستسلمة وخاملة، وتتوقع أن الصدمات في المستقبل متشابهة ولا يمكنها فعل شيء فيتم تعميم عدم توقعها للتحكم في الصدمات اللاحقة

المستقبلية حتى ولو كان هناك أمل في التحكم فيها. ويرى بأنه يمكن التعرف على حالة العجز المتعلم من خلال ثلاثة معايير: الأول السلبية غير المناسبة والتي يظهرها الكائن الحي في مواقف المواجهة المطلوبة، والثاني يرى الفرد الذي لديه حالة العجز المتعلم أن الأحداث غير قابلة للتحكم، ومهما فعل الفرد لن يصل إلى نتيجة، وأن النتائج منفصلة عن سلوكه، والمعيار الثالث إن هناك إدراكات وعمليات معرفية تقود إلى حالة العجز المتعلم يعممها الفرد على المواقف الأخرى [10]. كما أجرى سيلجمان [11] دراساته على الأفراد، حيث كان يعرضهم لمواقف غير قابلة للحل، أو إلى ضوضاء غير قابلة للتحكم، ولاحظ بأنه أصبح لديهم مشاعر من العجز وقلة الحيلة، وإن ذلك لا يتناسب مع استجاباتهم للأحداث الضاغطة التي تعرضوا إليها، وإن ذلك يرافقه حالة انفعالية، وإعاقة دافعية، ومستوى من التوقع يؤثر في مستوى استجاباتهم على المواقف اللاحقة [12].

ويرى رادن [13] أن خبرة الصدمة التي يصعب ويتعذر ضبطها أو التحكم بها من قبل الحيوان أو الإنسان تتلخص في عدة عوامل ترتبط بالعجز المتعلم، وتعد هذه الأمور مصادر إحباط وإعاقة، وهي:

1. السلبية: يصبح الكائن الحي فيها سلبياً في مواجهة الصدمات ويتباطأ في الاستجابة لتجنب حدة الصدمة، ومن الممكن أن لا يصدر استجابة.
2. التأخر: ويعني التأخر الارتباك والاضطراب في تعلم استجابات التحكم في الصدمة.
3. عدم الاهتمام بالزمن: وذلك عندما يمر به موقف لا يمكن التحكم به.

4. الإصابة بفقدان الشهية للطعام يبدأ الوزن بالتناقص.

وأكدت دراسة سجيبت وستيورات [14] أن العجز المتعلم يؤدي إلى التسويف والتأجيل في الأنشطة التي تتطلب بذل الجهد، وهذه العوامل مجتمعة تؤثر بشكل أو بآخر على التحصيل الدراسي، وبالتالي يصاحب الطالب من ذوي العجز المتعلم مجموعة من العوامل كالقلق، والإتكالية، وتجنب المهام،

من غيره، مما يؤثر سلباً على بذل الجهد خاصة عندما يواجه مهمة صعبة.

2. انخفاض القدرة على الحكم: يتشكل لدى الفرد متنبأت قوية بأن ضعف القدرة تؤدي إلى نماذج من السلوك المضطرب، مثل تجنب المهام الأكاديمية، واضطراب العلاقة بالزملاء، والاعتقاد بأن مركز التحكم خارجي، إضافة إلى نقص التقدير الذاتي.

3. انخفاض الدافعية: وهذه تحدث عندما يتوقع الفرد بأن جهوده عديمة الجدوى في إحراز النجاح، وينتابه تحريفات معرفيه أن مستقبله مبهم وغامض، وقدرته لا تساعد على النجاح وتخطي العقبات.

2.4 مكونات العجز المتعلم:

تتكون حالة العجز المتعلم من:

أولاً: القصور الدافعي Motivation Deficits ويظهر من خلال عجز الفرد عن التحكم في الأحداث، فإذا حاول الفرد التحكم في الأحداث من حوله ولم يستطع السيطرة عليها، فإنه سيقنع عن التحكم في المحاولات التالية لها. بمعنى أن العجز الدافعي كما يرى (الفرحاتي، [20]) يتمثل في خفض استجابة الفرد الإرادية، وعدم وجود بواعث لمحاولة إيجاد استجابة مواجهة جديدة، عندها نقول إن الفرد أصبح عاجز عن امتلاكه معطيات التحكم في عمليات التعلم. وبعد مرات عديدة من الفشل يستكين الفرد ويبقى سلبياً، ولا يقدم على مبادرة أو محاولة لاعتقاده أن هناك نقص في تحكمه للأحداث من حوله، وتبدو كل جهوده عديمة الجدوى، فهو كما يرى سيلجمان فاطر الهمة لا يستطيع تكملة أعماله، ويقنع عنها بسهولة وبسرعة، وتتكون لديه إستراتيجية تعويق الذات Self-Defeating Strategies والتي تؤدي إلى الفشل والمماطلة وتأجيل الأعمال والانخراط في المهام البسيطة والسهلة. فهم أقل مبادرة ومثابرة وأكثر كسلاً، وأقل استخداماً للاستراتيجيات الفعالة وأكثر استخداماً للاستراتيجيات غير الفعالة، وأكثر سلبية.

ثانياً: القصور المعرفي Motivation Deficits

ويتمثل القصور المعرفي في ضعف قدرة الفرد على

والتقييم السليبي للذات، والمعتقدات اللاعقلانية، وانخفاض تقدير الذات، مما تؤدي إلى الشعور بعدم القدرة على التحكم في الأحداث.

ويرى بادهور [15] أن العجز المتعلم يرتبط بالاضطرابات النفسية كالإكتئاب، والقلق، والرهاب، والخجل، والشعور بالوحدة، والتي يمكن أن تتفاقم بسبب العجز المتعلم لدى الفرد، وإن هذه الأعراض تؤدي إلى منعه من المحاولة أو المشاركة. وحول الدور الذي يلعبه المعلمون في تعليم حالة العجز المتعلم لدى الطلاب يرى كل من فنجان وهوانغ [8,16] بأن المعلمين يلعبون دوراً كبيراً في تشكيل حالة العجز المتعلم لدى الطلاب من خلال حالة الإحباط التي يمر بها الطلاب نتيجة الفشل في التحصيل.

ويرى ماكنوتش [17] إن تطور حالة العجز المتعلم يمر في مرحلتين هما: المرحلة الأولى: تطوير توقعات حول فقدان السيطرة على المستقبل.

المرحلة الثانية: إلى تعميم توقعات حول فقدان السيطرة على الوضع الجديد.

وقد أشار تريسي [18] إلى أن حالة العجز المتعلم تتجلى في عزوف الفرد عن المحاولة وبذل الجهد حين يتعرض للعقبات أو يواجه مواقف ضاغطة في حياته، لذا نجد بأن حالة العجز المتعلم تحدث عندما يتعلم الفرد أن هناك نتائج معينة تحدث بشكل مستقل عن استجابته، كما أن الفرد يتوقع عجزه في المواقف المقبلة، وعدم قدرته على التحكم في المواقف المستعرضة عبر حياته، إن هذا التوقع يتداخل مع التعلم اللاحق، وفي النهاية يقول الفرد لنفسه: أنا لا أستطيع النجاح أو تخطي الموقف مهما بذلت من جهد، ويصبح سلبياً مستكيناً مستسلماً للمؤثرات الخارجية.

2.3 أبعاد العجز المتعلم:

يمكن التعرف على حالة العجز المتعلم كما يرى الفرحاتي [19] من خلال:

1. توقع الفشل: فحبرات الفشل المتكررة التي تؤدي إلى أن يفقد الفرد القدرة على النجاح، ويكون الفشل من نصيبه وأنه أقل قدرة

والتاسع، حيث تبين أن الطلاب ذوي صعوبات التعلم أظهروا نسبة أكبر في العجز المتعلم مقارنة بالطلاب ذوي التحصيل الدراسي المتدني، وأن الطلاب ذوي العجز المتعلم والطلاب ذوي التحصيل الدراسي المتدني أظهروا نسبة أكبر من العجز مقارنة بالطلاب العاديين. وأشارت نتائج دراسة أبو الخير [24] إلى وجود اللامبالاة، والشعور باليأس، والاكتئاب، والعجز المتعلم لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم. وفي دراسة عاشور [25] التي هدفت إلى التعرف على ظاهرة العجز المتعلم في علاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية والأكاديمية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة متليلي في الجزائر. أسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ المعيّدين (الراسيين) وغير المعيّدين في درجات العجز المتعلم.
  2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات الدراسية في درجات العجز المتعلم لدى التلاميذ المعيّدين.
  3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية في درجات العجز المتعلم لدى التلاميذ المعيّدين.
- أشارت نتائج الدراسات إلى أن الطلاب ذوي صعوبات التعلم يعانون من حالة العجز المتعلم والتي تظهر من خلال العديد من المشكلات في الجوانب الدراسية والاجتماعية والشخصية والسلوكية لدى الفرد، وإلى انتشار تلك الحالة بين الطلاب ذوي صعوبات التعلم في كل الأعمار وبين الذكور والإناث وأن هناك حاجة قوية لعمل برامج إرشادية لمساعدة الطلاب على التخلص من تلك الحالة.

ويرى أرنولد [26] أن ذوي صعوبات التعلم يتعلمون العجز بسبب التعرض المستمر للفشل الأكاديمي الذي يسهم في الانسحاب وعدم الرغبة الدخول في مهام جيدة، ونقص الإصرار، والمثابرة، ولديهم توقعاً بأنهم غير قادرين على النجاح الأكاديمي، ولديهم اعتقاد بأن جهودهم عديمة الجدوى، وغالبا ما تتخفف دافعيتهم.

5.2 برامج الإرشاد النفسي في علاج حالة العجز المتعلم:

الاستفادة من خبراته السابقة، وضعف في القدرة على العمل، فهو متذمر، يشكو صعوبة الأعمال، وإدراك الصعوبات على إنها لا تقهر وهي كبيرة، يستسلم بسهولة، يستمر في فتور الهمة والإقلاع السريع عن المهمات، والتوقف المفاجئ في البحث عن مساعدات، ولا يتطوع في المشاركات ولا رغبة له بإكمال المهمات.

ثالثاً: القصور الانفعالي Emotional Deficits

وهم هنا قلقون لديهم انفعالات وغضب واكتئاب، يشعر الفرد بأنه غير قادر على التحكم بنفسه وسلوكه، يفقد الاهتمام بالأنشطة والتفاعل مع الآخرين في محيطه وصفه الدراسي. ويعزز ذلك بعدم تلقيه الدعم والتعزيز ممن حوله أو فشله الدراسي، عندها يصبح محبطاً وفاقداً للأمل [21].

رابعاً: القصور السلوكي Behavior Deficits

ويتمثل في فتور الهمة، والكسل ونقص محاولات التجريب للمهمات والإقلاع عنها، ولا يعتقد بوجود علاقة بين السلوك والاستجابات التي يقوم بها. ولا يبذل من الجهد ما يكفي لإتمام المهمات ولديه سلبية، ويستخدم أساليب بدائية، أقل كفاءة في حل المشكلات، ولديه فشل في المهمات، وهو مهياً لإدراك الفشل والعجز، ويعتقد بأنه لا جدوى من محاولاته، ويعزف عن المبادأة.

وفي دراسة سيدرس [22] التي هدفت إلى معرفة أصل سلوك العجز المتعلم عند الطلاب الذين يعانون من صعوبات التعلم، وغياب الدافعية، والتوجه نحو الهدف، والانجاز، والتعرض للفشل. أشارت النتائج إلى الأطفال ذوي صعوبات التعلم مقارنة بالأطفال العاديين كان لديهم تأثير سلبي، وتدني في التحصيل، والنشاط الايجابي الهادف، وتدني في تقدير الذات، وفقدان الأمل، وبعد ذلك مؤشرا سلبيا على العجز المتعلم والتوجه نحو الانجاز.

كما أكدت دراسة فالاس [23] العجز المتعلم والتكيف النفسي وأثر صعوبات التعلم على تدني التحصيل لدى عينة مكونة من (1833) من الصفوف الدراسية: الرابع والسابع

العجز المتعلم.

وأقترح حسين [41] برنامج تدريبي مقترح في تنمية بعض مكونات الدافعية الأكاديمية الذاتية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة. وأسفر التحليل عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الدافعية الأكاديمية الذاتية، وفي التركيز في أداء العمل، والمثابرة لصالح المجموعة التجريبية.

وأظهرت دراسة أبو حميدان والرواد [35] فعالية برنامج إرشادي جمعي المستند إلى النظرية العقلانية الانفعالية في معالجة العجز المتعلم لدى طلبة الصف العاشر في مدارس مدينة معان.

وهدف برنامج إقامة عبد الفتاح [36] لتنمية التوجه الدافعي على مستوى الكفاءة الأدائية لدى الطلاب في كلية التربية من فعاليته في تطوير ممارسات الطلاب العملية من خلال التدريب والتغذية الراجعة الفورية التي كانوا يتلقونها على الجهد والانتباه، وساعدهم البرنامج في كيفية استثارة انتباه تلاميذهم، ودافعتهم للتعلم والاستمرار في الانتباه والتركيز.

وأشارت نتائج البرنامج المعرفي الذي أعده سجتمان ولجنرت [37] إلى أن ذوي صعوبات التعلم يمكن علاجهم من خلال البرامج الإرشادية الجمعية الداعمة للتخلص من الصعوبات في المجالات الانفعالية والاجتماعية والسلوكية. وقد اعتمد البرنامج الإرشادي في الدراسة على مجموعة من الفنيات وهي: زيادة الأمل، والعمل على تماسك المجموعة، والألعاب العلاجية، والعلاج بالقراءة، والفن، والعلاج من خلال الصور، والتعبير عن المشاعر للأطفال، إضافة إلى تعزيز مشاركة الأطفال في المجموعة، ويتم ذلك من خلال مناخ آمن ومناسب للعمل الإرشادي في المجموعة.

وأُسفرت نتائج برنامج سعودي وعبد الوهاب [38] عن فعالية البرنامج في تقدير الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطلاب ذوي العجز المتعلم في المرحلة المتوسطة.

كما درس مارود وهويت [39] فعالية العلاج الجماعي

أشار نيشن ومسد [27] إلى أهمية إكساب الأطفال ذوي العجز المتعلم في برامج الإرشاد الجمعي مهارات حل المشكلات والأمل والتعزيز. وفي دراسة بوركوسكي وآخرون [28] قام الباحثون فيها ببناء برنامج إرشاد جمعي معرفي سلوكي، استخدم البرنامج مجموعة من المهارات: مهارة حل المشكلات، وتحسين الدافعية نحو التعلم، وتحسين الفاعلية الذاتية. وقد أسفرت الدراسة عن فعالية البرنامج في خفض حالة العجز المتعلم، وفي تحسين الفرد من الشعور بالعجز. وفي دراسة جونسون [29] التي اهتمت بأثر برنامج لعلاج القصور الأكاديمي في الرياضيات ولعلاج العجز الانفعالي المرتبط بالعجز المتعلم وتغيير الكفاءة في الرياضيات وتعديل ردود الفعل لخبرة الفشل الانفعالية المتمثلة في القلق والاكتئاب والعداية. أشارت النتائج أن الطلاب في المجموعة التجريبية انخفضت لديهم الاستجابات الانفعالية السلبية بالمقارنة مع المجموعة الضابطة.

واستخدم كراسكي [30] برنامجاً معرفياً لخفض حالة العجز المتعلم لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم وركز البرنامج على تعزيز قيمة الذات واحترام الذات للفرد، وعلى عدم تشجيع الفرد للقيام بمحاولات مضمونة الفشل، وأظهرت الدراسة فعالية البرنامج والاستراتيجيات المستخدمة فيه.

وأظهرت Tominey [31] أن أساليب عزو العجز التعلم المتفائلة والتي توحى للتلميذ بمقدرته واستطاعته وقوته على التحكم في الأحداث تعتبر منبئ قوي بنجاحه الأكاديمي، عكس الأساليب المتشائمة التي توحى للتلميذ بأن الصعوبات كامنة في داخله.

وطبق بييري [32] مجموعة تكنيكات إرشادية سلوكية ومعرفية لتحسين حالة النجاح للأطفال، والانجاز والفعالية الذاتية. أشارت النتائج لفعالية تلك التكنيكات الإرشادية في التغلب على حالة العجز. وأظهرت دراسة الزامل [33] مدى فعالية البرنامج الإرشادي المعتمد على مجموعة من التكنيكات السلوكية في تخفيض حالة العجز المتعلم لدى أفراد العينة. وأكد ماكني [34] على أهمية البرنامج الإرشادي السلوكي في معالجة



وسعودي وعبد الوهاب [38] اهتماماتهم لتنمية التوجه الدافعي، والكفاءة الأدائية، ولذا قام الباحث في الدراسة الحالية بإعداد برنامج مقترح يساعد في التخلص من حالة العجز المتعلم لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم في المرحلة المتوسطة يهتم بالجوانب الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والشخصية يستند للنظرية السلوكية المعرفية لمناسبتها للطلاب ذوي صعوبات التعلم والمرحلة الأساسية التي هم فيها، وللاستراتيجيات الكثيرة المقدمة من تلك النظرية في المساعدة في التخلص من حالة العجز المتعلم.

ولقد أشارت كل من أبحاث مورآدم ولسورث وليوس [42] والت وفنر ومارفل [43] إلى فعالية الاستراتيجيات التالية في برامج الإرشاد الجمعي للأطفال ذوي صعوبات التعلم والذين يعانون من حالة العجز المتعلم وهي: الاندماج الفعال مع المجموعة العاملة: لتعميم الخبرات وامتلاكها، لعب الأدوار: للمساعدة في وعي أكثر للمواقف، وتقديم الدعم الاجتماعي من الأصدقاء والمهنيين، وأوراق العمل Work Sheet، واستراتيجيات لتنشيط الذاكرة، ومشاركة المعلومات مع الشبكة الاجتماعية، وتمارين الاسترخاء.

#### 4. الطريقة والإجراءات

1. تحديد المجتمع المستهدف من الدراسة: وهم الطلبة ذوو صعوبات التعلم في المرحلة الأساسية ممن يعانون من حالة العجز المتعلم.
2. اعتمدت الدراسة في إجراءاتها على عينة من المختصين من أساتذة علم النفس والتربية الخاصة، للتحقق من دقة وسلامة البرنامج المقترح وأهدافه، ومدى مناسبه للطلبة ذوي حالة العجز المتعلم من الأطفال ذوي صعوبات التعلم، وإجراء أي تعديلات مطلوبة.
3. تم عرض البرامج في صورته الأولية على عدد من الخبراء في مجال الإرشاد النفسي، والتربية الخاصة، حيث طلب منهم إبداء الرأي في البرنامج المقترح من حيث أهدافه، وجلساته والأنشطة والمهارات التي يسعى لإكسابها للطلبة ذوي صعوبات

للأفراد من ذوي صعوبات التعلم والذين يعانون من القلق والضغط النفسي، وهم علاوة على ذلك يواجهون نقصاً في الدعم الاجتماعي، وضعفاً في استراتيجيات التكيف لإدارة الضغط النفسي مقارنة بالآخرين العاديين. وأعد الباحثان برنامجاً اعتمد على النظرية السلوكية المعرفية لمدة ستة أسابيع، تم تطبيقه على المجموعة التجريبية التي تكونت من ثمانية أشخاص أعمارهم من (17—73) عاماً. وتم استخدام منهجية كمية ونوعية في تحليل النتائج. وأشارت النتائج إلى فعالية العلاج الجمعي في علاج القلق، والضغط النفسي من خلال المقارنة بين أداء الأفراد على المقاييس المستخدمة في الدراسة (جودة الحياة ومقياس جلاسكو للقلق ومقاييس أخرى)، واستخدم البرنامج مجموعة من الاستراتيجيات والمهارات مثل الاندماج الفعال بين أفراد المجموعة؛ لمساعدة العميل على تعميم الخبرات والمهارات والحفاظ عليها، كما تم استخدام إستراتيجية أداء الدور، والدعم الخارجي من الأصدقاء، والشبكة الاجتماعية للفرد، وأوراق العمل، والاسترخاء.

وأشارت نتائج دراسة العطية [40] إلى فعالية برنامج تدريبي لتنمية الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم.

يلاحظ الباحث إن العجز المتعلم يوجد بين الطلاب ذوي صعوبات التعلم والطلاب العاديين، وينتشر بين الطلاب ذوي صعوبات التعلم أكثر من أقرانهم العاديين بدلالة [8]، وتشكل حالة العجز المتعلم حالة معيقة للفرد العادي، ولذوي صعوبات التعلم إعاقة أكبر، وأن هناك حاجة ماسة للتخلص من تلك الحالة، ولقد تنوعت البرامج الإرشادية المساعدة في التخلص من تلك الحالة فهناك البرامج التي استندت إلى النظرية العقلانية الانفعالية كدراسة أبو حميدان والرواد [35]، أو دراسة سجنكمان ولجنرت [37] التي طبقت النظرية السلوكية المعرفية، كما تبينت جوانب الاهتمام ومظاهر العجز التي ركزت عليها الدراسات فقد وجه مارود وهويوت [39] الاهتمام للقلق والضغط النفسي، ووجهت برامج اهتمامها بالتحصيل المتدني عاشور [25] والزالمي [33]، ووجهت عبد الفتاح [36] وحسين [41]

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات حل المشكلة.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارة الاسترخاء

#### Relaxation Exercise

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارة ضبط الذات.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم وضع أهداف واقعية.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات التواصل

الإيجابي مع الآخرين.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات الدعم

الاجتماعي، ومهارات تقديم وتلقي الدعم من الشبكة الاجتماعية

التي ينتمي إليها الزملاء والأصدقاء.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات معالجة

القصور الأكاديمي.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات النجاح.

أن يكون الطلاب ذوي صعوبات التعلم مفهوم ذات ايجابي عن

أنفسهم.

أن يكتسب الطلاب ذوي صعوبات التعلم مهارات تحسين

الدافعية.

3.3 تصميم البرنامج: اعتمد الباحث في بناء البرنامج على

مجموعة من المصادر والمراجع العربية والأجنبية وهي على

النحو التالي:

الإطار النظري للدراسة وما أتيح للباحث الاطلاع عليه من

الكتب والمراجع والدراسات عن الأطفال ذوي صعوبات التعلم.

الدراسات العربية والأجنبية وما أشارت إليه من أهمية بناء برامج

لتنمية مهارات التخلص من حالة العجز المتعلم لدى الأطفال

ذوي صعوبات التعلم، مثل دراسات كل من

(Tominey, [31])، (Perry, [32])، (Craske, [30])،

(Johnson, [29])، (حسين، [41])، (Borkowski, etal, [41])،

([28] العطية، [40])، (Marwood, & Hewitt, [39])،

و(سعودي وعبد الوهاب، [38]) وغيرهم.

4.3 الأسس التي يقوم عليها البرنامج : هناك مجموعة من

الأسس التي يقوم عليها البرنامج في إعداد أنشطته وجلساته

وهي كما يلي:

التعلم والذين يعانون من حالة العجز التعلم وفي ضوء ملاحظاتهم تم وضع البرنامج بصورته الحالية.

4. سوف تعتمد الدراسة في إجراءاتها على المنهج الوصفي

(الكيفي) الذي يستهدف التحقق من سلامة البرنامج وإمكانية

تحقيق أهدافه في حال استخدامه في الواقع الميداني.

1.3 البرنامج المقترح: يستمد البرنامج الحالي أهميته من

ضرورة وجود برامج إرشادية لمساعدة الطلاب ذوي صعوبات

التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم، حيث يسهم البرنامج

في مساعدة الطلاب في التخلص من حالة العجز المتعلم

والانطلاق للحياة باقتدار، وبدون إحساس بحالة العجز المحبطة

للفرد، والتي تعمل على تقييد قدراته، وإمكاناته ولا تساعده في

الانطلاق نحو تحقيق أهدافه.

2.3 أهداف البرنامج: يمكن تقسيم أهداف البرنامج إلى:

أولاً: أهداف عامة للبرنامج

ثانياً: أهداف خاصة للبرنامج

أولاً: الأهداف العامة للبرنامج:

إكساب الأطفال ذوي صعوبات التعلم مجموعة من المهارات

والطرق المساعدة في التخلص من حالة العجز المتعلم لديه.

إكساب الأطفال ذوي صعوبات التعلم مجموعة من المعارف

والحقائق حول حالة العجز المتعلم المعيقة والمحبطة للفرد.

تنمية جوانب القوة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم لمساعدتهم

في تنمية إمكاناتهم وقدراتهم ومواهبهم وإكسابهم الوعي بأنفسهم.

مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التكيف النفسي

والاجتماعي مما يطلق من قدراتهم ويحسن من نظرتهم لأنفسهم.

ثانياً: الأهداف الخاصة للبرنامج:

أن يعرف الطلاب ذوي صعوبات التعلم مفهوم وحالة العجز

المتعلم.

أن يعرف الطلاب ذوي صعوبات التعلم على الآثار الناتجة عن

حالة العجز المتعلم في المجالات المختلفة.

أن يفهم الطلاب ذوي صعوبات التعلم العلاقة بين الصحة

النفسية وحالة العجز المتعلم.

والسلوكي والمعرفي، وتوزيع النشرات التربوية المناسبة لكي يستفيد منها الطلاب ذوي صعوبات التعلم في زيادة وعيهم النفسي والتربوي.

5.3 محتوى البرنامج وجلساته: يتكون البرنامج من أربع عشرة جلسة إرشادية، يتراوح زمن كل جلسة من 40-50 دقيقة. ولكل جلسة أهدافها الخاصة ووسائلها لتحقيق الأهداف، ولكل هدف زمن خاص لتحقيقه، تبدأ الجلسة بالترحيب بالطلاب وسؤالهم عن أحوالهم وفيما إذا كانت هناك واجبات تم تكليفهم بها، ونشاط تعزيزي وتشجيعي جاذب لهم، ثم يتم الانتقال إلى الأهداف حسب ترتيبها. ويستند البرنامج المقترح إلى أسس نظرية سلوكية ومعرفية تهدف إلى مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم.

6.3 أداة الدراسة: هي استبانة مكونة من 46 فقرة من إعداد الباحث أجرى لها الخصائص السيكمترية، فيها فقرات إيجابية، وسلبية تقيس حالة العجز المتعلم عند الأطفال في المرحلة المتوسطة، من مثل:

يتكرر رسوبي في المقررات الدراسية، أماطل في أداء واجباتي الدراسية، أفقد الرغبة في العمل، لدى خوف من الفشل.. من خلال اختيار بدل من مجموعة بدائل أمام كل فقرة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). حيث يقوم الباحث بأخذ الطلبة ذوي الدرجة العالية أو المتوسطة من حالة العجز المتعلم من خلال درجات القطع بين كل فئة من الفئات وبشجعهم في الدخول في البرنامج. وأثناء تصميم البرنامج حرص الباحث على: مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم على النجاح في أداء الأنشطة مما يشعرهم بالنجاح، حيث إن النجاح يدفع إلى مزيد من النجاح وإلى الشعور بالأهمية والثقة والتقدير، وذلك لحاجة الطلاب الماسة لهذه الخبرة. كما اعتمد الباحث على تحليل المهمة إلى جزئيات صغيرة تقود للهدف السلوكي المرغوب في النهاية، وربط الأنشطة بأهداف البرنامج مما يساعد على الانتقال بالأنشطة من واقع البرنامج إلى واقع الحياة. حيث أن لكل نشاط هدف واحد هو ناتج النشاط الذي

الأسس العامة: تقديم خدمات الإرشاد النفسي إلى الأطفال ذوي صعوبات التعلم يساعد في التخلص من حالة العجز المتعلم ويعمل على تنمية جميع جوانب الشخصية للفرد في المجالات الانفعالية والسلوكية والاجتماعية والمعرفية، مما يساعد في الوصول بهم إلى حالة من السواء والتكيف النفسي السليم مع البيئة التي يعيشون فيها.

الأسس الاجتماعية: من خلال العمل، والتفاعل، والتواصل اللفظي وغير اللفظي، وتقديم الدعم الاجتماعي وقبوله، والانتماء للجماعة، واكتساب مهارة الصداقة من خلال المجموعة الإرشادية بين أفراد المجموعة فيما بينهم، وبين أفراد المجموعة الإرشادية والمرشد النفسي، أو قائد المجموعة يوفر للأفراد الثقة والتقبل والتقدير والاحترام والتعزيز، والانفتاح على الخبرة، وخاصة عندما يولي المرشد النفسي أهمية خاصة لهذه الأبعاد خلال جلسات الإرشاد الجماعي. فيبدأ الطلاب بالحديث حول مشكلاتهم أمام الآخرين، والإحساس بالأمن النفسي والتكيف مع الجماعة، وتبادل الخبرة والمعرفة بين أعضاء المجموعة الإرشادية ويعمل على الانفتاحية، والتلقائية، وكشف ذواتهم أمام الآخرين، مما يعزز الاستفادة من تجارب الآخرين في جو من الثقة والأمان، مما يساعد في تخلصهم من حالة العجز المتعلم والشعور بالثقة والنجاح.

الأسس النفسية والتربوية: وفي هذا المجال يهتم البرنامج بالاستناد إلى حاجات الأطفال ذوي صعوبات التعلم وخصائصهم، وتهيئة الظروف المناسبة للإفادة من تلك الأنشطة، والاختيار المناسب للأنشطة، والمهارات في ضوء الأهداف العامة، والخاصة للبرنامج، ومراعاة الفروق الفردية للأطفال أثناء التخطيط لأنشطة البرنامج، وأن تناسب تلك الأنشطة الأطفال ذوي صعوبات التعلم، وتشبع حاجاتهم النفسية، واستخدام التعزيز، والمرور بالخبرات السارة والناجحة، وجذب الانتباه للطفل لذوي صعوبات التعلم في الأنشطة، والانتقال التدريجي للأنشطة المساعدة في الوصول إلى حالة من التخلص من حالة العجز المتعلم موجهة إلى كل من الجانب الانفعالي

يصب في حالة التخلص من حالة العجز المتعلم. ومراعاة التتابع والتسلسل في الاستفادة من الأنشطة لكي تحقق الهدف العام للبرنامج، كما تم التنوع في الأنشطة، وإلى وجود أنشطة ترويحوية مما يثير البهجة والرضا والسرور لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم وفيما يلي وصفاً للجلسات في البرنامج متضمناً بيان الجلسات، وعددها، وموضوعها كما في جدول رقم (1).

### جدول 1

#### يوضح بيان الجلسات وعددها وموضوع كل جلسة

موضوع الجلسات	عدد الجلسات	بيان الجلسات
جلسة افتتاحية	1	الجلسة الأولى
التعريف بمفهوم العجز المتعلم، وآثاره، والمؤشرات الدالة على حالة العجز المتعلم، وعلاقته بعدد من الموضوعات	3	الجلسة الثانية وحتى الخامسة
مساعدة الطلاب في التخلص من حالة العجز المتعلم من خلال مجموعة من الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية المساعدة.	8	الجلسة الخامسة وحتى الثانية عشرة
مراجعة سريعة لكل الأنشطة التي تعرض البرنامج لها	1	الجلسة الثالثة عشرة لمراجعة الأنشطة في البرنامج
الاحتفال بانتهاء البرنامج	1	الجلسة الرابعة عشرة والأخيرة
	14	المجموع

كما يناقش النتائج المتوقعة عليهم من تطبيق البرنامج على المجالات الدراسية والسلوكية والاجتماعية وغيرها. ويبدأ التعارف فيما بين الطلاب بعضهم ببعض فيبدأ بتعريف الفرد بنفسه وما يريد أن يقوله عن نفسه من هوايات وميول، أو أي تقضيات يرغب فيها، ويطلب المرشد أن يناقش الطلاب بعضهم البعض بأسمائهم بعد التعارف. ويعرف المرشد بنفسه فيقول أنا المرشد فلان ويوضح طبيعة عمله وتخصصه واهتماماته ويتعرف على الطلاب ويبدأ مناداتهم بأسمائهم.

ويوضح المرشد أخلاقيات العمل الإرشادي في الجماعة من حيث: الالتزام بالاحترام المتبادل فيما بين الطلاب أنفسهم وفيما بينهم وبين المرشد، والسرية وعدم إفشاء ما يدور من معلومات ونقاشات للأفراد الآخرين خارج الجلسات، وعدم الاستهزاء بالأراء المخالفة واحترامها، والمشاركة في الحديث في الوقت المناسب ولا يتكلم عن غيره من الطلاب. ومن المناسب أن يتم كتابة ما تم الاتفاق عليه في لوحة وتوضع في مكان بارز في غرفة الإرشاد التي تكون مكان لقاء الطلاب في المجموعة الإرشادية. وان المرشد يقدم الفهم وبظهر الألفة والتقدير ليس في الجلسة الأولى فحسب وإنما في جميع الجلسات. الفنيات المستخدمة: المحاضرة، لعب الأدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة.

يشير الجدول رقم (1) إلى أن البرنامج يتكون من 14 جلسة إرشاد جمعي، تبدأ بالجلسة الافتتاحية بالترحيب، وتسير بالجلسات التي تهدف إلى التعرف إلى مفهوم وحالة العجز المتعلم، ومن ثم الجلسات التي تهدف إلى إكساب الطلاب مهارات التخلص من حالة العجز المتعلم، وينتهي البرنامج بالاحتفال بالتخلص من تلك الحالة، وتعميم تلك الخبرات إلى واقع الحياة.

#### 7.3 محتوى الجلسات الإرشادية:

#### الجلسة الأولى:

#### الأهداف:

1. التعريف بالبرنامج من حيث الأهداف العامة والخاصة. (15 دقيقة)
  2. مساعدة الطلاب على التعارف فيما بينهم. (10 دقائق)
  3. مساعدة الطلاب على التعارف مع المرشد. (10 دقائق)
  4. مساعدة الطلاب على التعرف على أخلاقيات الإرشاد الجمعي "العمل في مجموعة" (15 دقيقة)
- يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على اشتراكهم في البرنامج، وتعريفهم بالبرنامج من حيث الأهداف العامة والخاصة للبرنامج، وشرح كل هدف من الأهداف للطلبة. ومناقشة كذلك الفنيات والوسائل المستخدمة في تلك الأهداف.

على التحصيل الدراسي، وبالتالي يصاحب الطالب من ذوي العجز المتعلم مجموعة من العوامل كالقلق، والانتكالية، وتجنب المهام، والتقييم السلبي للذات، والمعتقدات اللاعقلانية، وانخفاض تقدير الذات، مما تؤدي إلى الشعور بعدم القدرة على التحكم في الأحداث. ويشرح كل فقرة أو عبارة يسأل عنها الطلاب أو لم يفهمها الطلاب. والقيام بضرب أمثلة لعدد من الحالات التي يكون فيها عجز متعلم.

الغيات المستخدمة: المحاضرة، لعب الأدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة.

الواجبات المنزلية: الطلب من الطلاب القيام بحصر الخصائص التي تؤثر على حالة عجز متعلم لدى فرد من الأفراد ونستدل منها على أنه في حالة عجز متعلم.

النتائج المتوقعة: تعرفهم على أهداف البرنامج ونتائج عليهم، وتعارف الطلاب فيما بينهم وبين المرشد، وتعرفهم على العلاقة الإرشادية في المجموعة وأخلاقيات العمل الإرشادي.

الجلسة الثالثة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لكل فرد من أفراد الدراسة. (10 دقيقة)
2. التعريف بمكونات العجز المتعلم: 10 دقائق لكل مكون من المكونات. (40 دقيقة).

يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب للمجموعة الإرشادية وتذكيرهم بالواجب المنزلي والاستماع إلى كل منهم ويظهر المرشد التقبل والاحترام والتقدير لكل فرد منهم مما يشعره بالاحترام والانفتاح والأمان. ويفتح باب النقاش والحوار للطلبة عن السؤال والاستفسار عما يرغبون به. ويطلب منهم الانتباه لموضوع جديد من المهم معرفته وهو مكونات العجز المتعلم: يوضح المرشد من ماذا يتكون مفهوم العجز المتعلم؟؟ ما هي أبعاده؟؟

فيقول: تتكون حالة العجز المتعلم من:

1. القصور في الدافعية للأفراد

النتائج المتوقعة: تعرفهم على أهداف البرنامج ونتائج عليهم، وتعارف الطلاب فيما بينهم وبين المرشد، وتعرفهم على العلاقة الإرشادية في المجموعة وأخلاقيات العمل الإرشادي.

الجلسة الثانية:

الأهداف:

1. التعريف بمفهوم العجز المتعلم. (15 دقيقة)

2. تعريف الطلاب بالمشورات والخصائص الدالة على العجز المتعلم عند الفرد. (25 دقائق)

يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب للمجموعة الإرشادية وتذكيرهم بما تم الاتفاق عليه في الجلسة رقم الأولى، ويفتح باب النقاش والحوار للطلبة عن السؤال والاستفسار عما يرغبون به.

ويبدأ المرشد بالحديث عن مفهوم العجز المتعلم ويروي بأسلوب مشوق للطلبة تجارب سيلجمان على الحيوانات وكيف تصبح تحت تأثير حالة العجز المتعلم ويجعل الطلاب يستنتجون الأسباب التي تقف خلف تلك الحالة وهي أن شعور الكائن الحي بعدم القدرة على فعل أي شيء حيال الموقف التي يوضع فيه يجعله يشعر بالاستكانة والسلبية وان محاولاته عديمة الجدوى، فيصاب الكائن الحي بالسلبية ويضيف المرشد فيقول إن " إلى أن الأطفال من ذوي الشعور بالعجز المتعلم أكثر انسحاباً عند مواجهه الصعوبات، وأكثر توقعاً للفشل، وأقل مبادأة، وأقل تحملاً للمسؤولية، ويدركون أن عوامل النجاح والفشل خارج نطاق تحكمهم، ولا قيمة لجهدهم، ويدركون أن فشلهم جاء نتيجة لنقص في قدراتهم، أو لعوامل خارجية بعيدة عن تحكمهم، ويشعرون بأنه على الرغم من الجهد المبذول إلا إن النتيجة لا تتغير، ويستخدمون استراتيجيات فقيرة لحل المشكلات ويتشتت انتباههم بسهولة، ويشعرون بأن جهدهم وإصرارهم من أجل لا شيء.... ونتيجة لذلك نجد أن هذا العجز يقف خلف الانجاز التحصيلي المنخفض. ويقول كذلك... أن العجز المتعلم يؤدي إلى التسويف والتأجيل في الأنشطة التي تتطلب بذل الجهد، وهذه العوامل مجتمعة تؤثر بشكل أو بآخر

2. القصور المعرفي

3. القصور الانفعالي

4. القصور السلوكي

ويطلب المرشد من الطلاب (أكثر من ثلاث طلاب) تذكر خصائص الطلاب ذوي العجز المتعلم في الجانب المعرفي وان يتحدث عنها. ثالثاً: القصور الانفعالي ويشرح المرشد للطلاب هذا المفهوم فيقول: الفرد الذي لديه عجز متعلم هنا هو قلق لديه انفعالات وغضب واكتئاب، يشعرون الفرد بأنه غير قادر على التحكم بنفسه وسلوكه، يفقد الاهتمام بالا نشطه والتفاعل مع الآخرين في محيطه وصفه الدراسي. ويعزز ذلك بعدم تلقيه الدعم والتعزيز ممن حوله أو فشله الدراسي، عندها يصبح محبطاً وفاقداً للأمل. ويطلب المرشد من الطلاب (أكثر من ثلاث طلاب) تذكر خصائص الطلاب ذوي العجز المتعلم في الجانب الانفعالي وان يتحدث عنها. ويجب المرشد على أسئلة الطلاب.

رابعاً: القصور السلوكي ويشرح المرشد للطلاب هذا المفهوم فيقول: يتمثل القصور السلوكي في فتور المهمة، والكسل ونقص محاولات التجريب للمهمات والإقلاع عنها، ولا يعتقد بوجود علاقة بين السلوك والاستجابات التي يقوم بها. ولا يبذل من الجهد ما يكفي لإتمام المهمات ولديه سلبية، ويستخدم أساليب بدائية، أقل كفاءة في حل المشكلات، ولديه فشل في المهمات، وهو مهياً لإدراك الفشل والعجز، ويعتقد بأنه لا جدوى من محاولاته، ويعزف عن المبادرة. ويطلب المرشد من الطلاب (أكثر من ثلاث طلاب) تذكر خصائص الطلاب ذوي العجز المتعلم في الجانب السلوكي وان يتحدث عنها. يناقش ويحاور الطلاب من اجل أن يفهم كل منهم حالة العجز المتعلم ومكوناتها وأسبابها ونقاش وحوار حول تلك المكونات.

الفتيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة النشرات التربوية.

الواجبات المنزلية: الطلب من الطلاب القيام برسم شخصين احدهما يعتقد بأن لديه عجز متعلم والآخر ليس لديه عجز، ويحاول توضيح الفرق من خلال الرسم. أو تذكر شخص يعرفه لديه هذه الصفات، ويقوم بكتابتها.

النتائج المتوقعة: وعي أفضل للطلبة بخصائص ومكونات العجز

أولاً: يبدأ بشرح أول مكون من مكونات العجز المتعلم وهو بالقصور الدافعي؟؟ ما هو القصور الدافعي لدى الفرد؟؟ ويوضح بان دافعية الفرد هنا هي ضعيفة ومدنية جداً ويقول يظهر من خلال عجز الفرد عن التحكم في الأحداث، فإذا حاول الفرد التحكم في الأحداث من حوله ولم يستطع السيطرة عليها، فإنه سيقع عن التحكم في المحاولات التالية لها. أي إن العجز الدافعي: يتمثل في خفض استجابة الفرد الإرادية، وعدم وجود بواعث لمحاولة إيجاد استجابة مواجهة جديدة، عندها نقول إن الفرد أصبح عاجز عن امتلاكه معطيات التحكم في عمليات التعلم. وبعد مرات عديدة من الفشل يستكين الفرد ويبقى سلبياً، ولا يقدم على مبادرة أو محاولة لاعتقاده أن هناك نقص في تحكمه للأحداث من حوله، وأن كل جهوده عديمة الجدوى، فهو كما يرى سيلجمان: فاطر المهمة، لا يستطيع تكملة أعماله، ويقنع عن الدراسة بسهولة وبسرعة، وهذا يؤدي به إلى الفشل والمماطلة والتسويف، وتأجيل الأعمال والانخراط في المهام البسيطة والسهلة، ويصبح أقل مبادرة ومثابرة وأكثر كسلاً، وأكثر سلبية. ويطلب المرشد من الطلاب (أكثر من ثلاث طلاب) تذكر خصائص الطلاب ذوي العجز المتعلم في الجانب الدافعي وان يتحدث عنها.

ثانياً: القصور المعرفي ويشرح المرشد للطلاب هذا المفهوم فيقول يتمثل القصور المعرفي في ضعف قدرة الفرد على الاستفادة من خبراته السابقة، وضعف في القدرة على العمل، فهو متذمر، يشكو صعوبة الأعمال، وإدراك الصعوبات على إنها لا تقهر وهي كبيرة، يستسلم بسهولة، يستمر في فتور المهمة والإقلاع السريع عن المهمات، والتوقف المفاجئ في البحث عن مساعدات، ولا يتطوع في المشاركات ولا رغبة له بإكمال المهمات. ويفسر تلك الجمل بما يفهمه الطلاب. وي طرح أي طالب التساؤل الذي يرغب به ويستوضح عما يدور بداخله.

العجز المتعلم تؤدي إلى تدني التحصيل والرسوب ووقف التوجه نحو الهدف المهني والمستقبلي للفرد. ويشرح ويوضح العلاقة ويطلب من الطلاب فهمها وإيراد دلائل تناقضها أو تتفق معها. يجيب المرشد على تساؤلات الطلاب واستفساراتهم.

4. مناقشة الهدف الثالث من أهداف الجلسة المتمثل في التعريف بالعلاقة بين العجز المتعلم والصحة النفسية للفرد فيقول: تلك المؤشرات التي سبق الحديث عنها مثل فقدان الهمّة، واليأس، والإحباط، والقلق، هي دليل على خلل في صحة الفرد النفسية فهذه الحالة لا تؤثر على التحصيل فقط ولكنها تؤثر على صحة الفرد النفسية وتشعره بالعجز؟؟ هل حالة العجز حالة جيدة؟ هل تؤدي بالفرد إلى التخلي عن أهدافه؟ إذن ما هو العمل؟؟ ونقاش وحوار حول هذا السؤال والوصول إلى إجابة جماعية متفق عليها من الطلاب جميعاً تقول: الحل يكمن في التخلص من حالة العجز المتعلم. عندها يقول المرشد إن هذا البرنامج صمم من أجل هذه الغاية ويساعدك في الخروج من تلك الحالة. ويعلمك مجموعة من المهارات التي أنت في أمس الحاجة إليها، وتعمل على تحسين معدلك وصحتك النفسية وتعمل على مساعدتك على تحقيق أهدافك في الحياة.. فما مدى استعدادك للعمل مع تلك الإجراءات والأدوات التي تحقق لكل الهدف؟ ويستمع المرشد لإجابات الطلاب ومدى جدّيتهم في العمل في البرنامج وتحقيق أهدافه.

الفتيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة النشرات التربوية.

الواجبات المنزلية: الطلب من الطلاب القيام برسم شخصين أحدهما يعتقد بأن لديه عجز متعلم والآخر ليس لديه عجز، ويحاول توضيح الفرق من خلال الرسم. أو تذكر شخص يعرفه لديه هذه الصفات، ويقوم بكتابتها.

النتائج المتوقعة: وعي أفضل للطلبة بخصائص ومكونات العجز المتعلم.

الجلسة الخامسة:

الأهداف:

المتعلم.

الجلسة الرابعة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لكل فرد من أفراد الدراسة. (15 دقيقة)

2. التعريف بالعلاقة بين العجز المتعلم والتحصيل. (15 دقيقة).

3. التعريف بالعلاقة بين العجز المتعلم والصحة النفسية. (15 دقيقة).

يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب للمجموعة الإرشادية وتذكيرهم بالواجب المنزلي والاستماع إلى كل منهم وبظهر المرشد كما أسلفنا التقبل والاحترام والتقدير لكل فرد منهم مما يشعرهم بالاحترام والانفتاح والأمان. ويفتح باب النقاش والحوار للطلبة عن السؤال والاستفسار عما يرغبون به. ويطلب من كل منهم الحديث حول الواجب المنزلي وماذا رسم عن حالة العجز المتعلم ومناقشة بكل جزئية قام بها الباحث في الرسم ويستعرض مجموعة من الرسوم ويضعها في اللوحة الخاصة بالمجموعة.

3. مناقشة الهدف الثاني من أهداف الجلسة المتمثل في التعريف بالعلاقة بين العجز المتعلم والتحصيل فيقول: يؤكد

الباحثون على أن هناك علاقة بين العجز المتعلم والتحصيل الدراسي أو الأكاديمي مفادها نقص الدافعية لدى الطلاب واعتقادهم الخاطيء عن الذات الناتج عن التفكير السلبي، والذي

يتعزز من خلال الفشل في المهمات الدراسية والأكاديمية يؤدي إلى استمرار الضعف في التحصيل الدراسي. وإن هناك علاقة

بين العجز المتعلم والتوقعات الذاتية عن التحصيل الدراسي حيث أظهر الطلاب من ذوي العجز المتعلم أداءً دراسياً ضعيفاً.

ووجود ظاهرة العجز المتعلم لدى الطلاب في الصفوف الأساسية (الصف السابع والثامن والتاسع والعاشر). وأن حالة العجز

المتعلم ترتبط بالتحصيل المتدني، وأن حالة العجز المتعلم أحد

المنبئات بتحصيل الطلاب المتدني. والخلاصة هي أن حالة

التي تراها أنت" فكلما كانت ايجابية كان الفرد في وضع نفسي جيد.

3. مناقشة الهدف الثالث من أهداف الجلسة يتمثل في مساعدة الطلاب على تكوين مفهوم ذاتي ايجابي عن أنفسهم؟؟ كيف يمكن مساعدة الطلاب على تكوين مفهوم ايجابي عن أنفسهم؟ يمكن ذلك من خلال مناقشة الطلاب وحديثهم عن نقاط القوة لديهم، وتعزيز خبراتهم الايجابية وتعزيز نجاحاتهم، والإيمان بقدراته، والرضا عن نفسه في جميع المجالات. ومن الممكن أن يلعب الأطفال من خلال أداء الدور (role playing) حيث يمثل الطفل حالة فرد يرى نفسه بايجابية، وآخر يرى نفسه بصورة سلبية، ويلاحظ الفرق بينهما. ويناقش الطلاب الموقفين وأثرهما على الدراسة والمستقبل. وقد يسأل أسئلة مثل ماذا تحب في نفسك؟ وماذا تكره؟ ثم يصحح المفاهيم ويقول أن كل منا له صورة تختلف عن الآخر لكن المهم أن يتقبل كل منا نفسه. ويحاول تعديل ما لا يحبه فيها.

عندها يقول المرشد إن هذا البرنامج صمم من أجل هذه الغاية ويساعدك في الخروج من تلك الحالة. ويعلمك مجموعة من المهارات التي أنت في أمس الحاجة إليها، ويعمل على تحسين معدلك وصحتك النفسية ويعمل على مساعدتك على تحقيق أهدافك في الحياة. فما مدى استعدادك للعمل مع تلك الإجراءات والأدوات التي تحقق لكل الهدف؟ ويستمع المرشد لإجابات الطلاب ومدى جديتهم في العمل في البرنامج وتحقيق أهدافه.

4. ويتمثل الهدف الأخير في مساعدة الطلاب على تقبل أنفسهم فبعد التعرف على مفهوم الذات لديهم، يحاول الفرد امتلاك بعض الصفات الايجابية مثل: أن يكون له هدف في الحياة، وأن يكون متفائل، ويحب مساعدة الآخرين، ولا يؤجل أعماله، وينظم وقته عندها سيكون النجاح حليفه.

الغنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة النشرات التربوية.

الواجبات المنزلية: فكر في صفات طالب لديه رضى عن ذاته،

1. مناقشة الواجب المنزلي لكل فرد من أفراد الدراسة. (15 دقيقة)

2. التعريف بمفهوم الذات. (15 دقيقة).

3. مساعدة الطلاب على تكوين مفهوم ايجابي عن أنفسهم. (15 دقيقة).

4. مساعدة الطلاب على تقبل أنفسهم. (15 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب لمكان المجموعة الإرشادية، وتذكيرهم بالواجب المنزلي والاستماع إلى كل منهم، ويظهر المرشد كما أسلفنا التقبل والاحترام والتقدير لكل فرد منهم في كل الجلسات، مما يشعرهم بالاحترام، والانفتاح، والأمان. ويفتح باب النقاش والحوار للطلبة عن السؤال والاستفسار عما يرغبون به. ويطلب من كل منهم الحديث حول الواجب المنزلي، وماذا رسم عن حالة العجز المتعلم ومناقشة بكل جزئية قام بها الطالب في الرسم ويستعرض مجموعة من الرسوم ويضعها في اللوحة الخاصة بالمجموعة.

2. مناقشة الهدف الثاني من أهداف الجلسة المتمثل في التعريف بمفهوم الذات: وهو من المفاهيم المهمة للطلبة ذوي الحاجات الخاصة وصعوبات التعلم. فما هو مفهوم الذات؟ وهل هناك أهمية لهذا المفهوم لدى الفرد أو له أثر على حياته؟ يوضح للطلبة بأن مفهوم الذات هو المجموع الكلي لكل ما يدعيه الفرد بأنه له كالجسد، والقدرات المختلفة، والأسرة والأصدقاء والمهنة، والهوية، والممتلكات، وهو فكرة الفرد عن نفسه. كما يعرف مفهوم الذات بأنه الأسلوب الذي يدرك الفرد به نفسه، ويعرف أيضا بأنه المجموع الكلي للخصائص التي يعزوها الفرد عن نفسه، والقيم الايجابية والسلبية التي تتعلق بهذه الخصائص. ويتأثر (مفهوم الذات) مفهوم الفرد عن نفسه بالأسرة والمدرسة وكل تلك العوامل التي تتعلق بهما. كالمعلمين والوالدين والأصدقاء.. وهو صورة الفرد عن نفسه. ومن المهم أن تكون تلك الصورة واضحة وإيجابية لكي ينطلق الفرد للحياة والعمل. ويخاطب المرشد الطلاب بقوله مفهومك عن ذاتك هو " صورتك



4. وضع الفروض وهنا نضع الحلول المقترحة والتي نتوقعها بناء على المعلومات.

5. واختبارها الفروض والوصول للفرض المناسب.

6. الوصول للنتائج وتعميمها.

الفيئات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، ضرب الأمثلة النشرات التربوية.

الواجبات المنزلية: ما هي المشكلة التي واجهتك خلال الفصل أو العام الماضي وكيف كانت طريقتك في الحل؟؟ دراسية أو اجتماعية أو غيرها.

النتائج المتوقعة: وعي أفضل للطلبة حول خطوات البحث العلمي، ومعرفتها و تطبيقها.

الجلسة السابعة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب على تحسين الانتباه والتركيز. (30 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب لمكان المجموعة الإرشادية، وتذكيرهم بالواجب المنزلي والاستماع إلى كل المشكلات التي واجهتهم وكيفية حلها والفروق بين ذلك الحل والطريقة العلمية التي تم مناقشتها في الجلسة السابقة، والإجابة على تساؤلات الطلاب حول خطوات الطريقة العلمية.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب على تحسين الانتباه والتركيز حيث إن هذه المشكلة من المشكلات التي تواجه الطلاب ذوي صعوبات التعلم بشكل بدرجة واضحة، وتنعكس هذه المشكلة على التحصيل الدراسي للطلاب، ولذا يستخدم المرشد مجموعة من التمارين التي تزيد فترة الانتباه وزمنه من خلال توجيه الانتباه إلى بعض المثيرات التي يعرضها عليه المرشد، وزيادة التركيز التدريجي من خلال زيادة دقائق توجيه الانتباه للمثيرات تدريجياً. مثل النظر لصورة أو مثير ما، من خلال أسلوب التعزيز، والتعاقد السلوكي كمدعمات لزيادة الانتباه، ويمكن استخدام التعزيز المادي والمعنوي. كما إن تنمية

ومفهومه عن نفسه ايجابي، ما هي صفاته؟ وآخر نظرتة لنفسه نظرة سلبية، ما لفرق بينهما؟

النتائج المتوقعة: وعي أفضل للطلبة حول مفهوم الذات وأثر على حياة الفرد وكذلك معرفة خصائص الأفراد ذوي مفهوم الذات الموجب.

الجلسة السادسة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لكل فرد من أفراد الدراسة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب على امتلاك خطوات حل المشكلة. (30 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وشكرهم على الحضور في الوقت المناسب لمكان المجموعة الإرشادية، وتذكيرهم بالواجب المنزلي والاستماع إلى كل منهم والصفات التي يرضى بها الفرد عن نفسه والصفات التي يريد تغييرها في نفسه.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب على امتلاك خطوات حل المشكلة حيث تكثر المشكلات التي تواجه الفرد منا في الحياة والاختيار هل يختار الفرع الأدبي أو العلمي مثلاً، أو اختيار حاجة واحدة من بين مجموعة حاجات...

وخطوات حل المشكلة تعبير عن التفكير العلمي السليم لدى الفرد هي تتمثل في:

1. الشعور بالمشكلة؟ ما الذي يضايق الفرد؟ ما الذي يرغب بحله ؟ الموقف؟ المشكلة؟ التي يحتاج اتخاذ قرار بشأنها؟

2. الخطوة الثانية: تحديد المشكلة ما هي المشكلة بالضبط؟ هل هو لا يدرس على واجباته أو لا ينظم وقته؟؟ أو نظرتة لنفسه نظرة سلبية؟ أو أي مشكلة؟

3. جمع البيانات والمعلومات: حيث يقوم الفرد بأخذ المعلومات عن المشكلة من مصادرها للمساعدة في الحل، ويتعرف على الأسباب، فمثلاً عدم تنظيم الوقت أو المفهوم المتدني عن النفس تقوم بجمع بيانات ومعلومات من الأسرة، والرفاق، والمدرسة، ومن الطالب عن المشكلة.

الزمن المخصص للانتباه، وفعالية الطرق التي استخدموها، ويأخذ الطالب تغذية راجعة ومعززة له.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب على عمل صداقات مع الآخرين وضرورة فهم الدور الذي تقوم به الصداقة في حياة الطالب.. فالصديق يستمع لك إذا واجهتك هموم ومشكلات، ويقدم لك المساعدات المادية والمعنوية، ويجعلك تتخلص من العزلة والانطواء، وتقوم بممارسة بعض الهوايات معه، ويشعرك بالأهمية، والتقدير وغير ذلك ولذا فهناك مجموعة من الأسباب التي تدعوك للارتباط بأصدقاء ولكن يجب أن نختارهم بعناية واهتمام. ولكن هناك أسباب تقف خلف العزلة وعدم وجود أصدقاء منها: الخوف من الآخرين، نقص المهارات الاجتماعية، كلام الوالدين وتخويف الأطفال أحياناً عن الأصدقاء. وهنا يمكن للمرشد أن يعلم الأطفال أن العزلة غير مناسبة والتفاعل مع الآخرين جيد، وشجع المشاركات الجماعية والأنشطة الجماعية والتعاونية، وبيث قيم التعاون، وأن الفرد يتعلم من الآخرين، ولا بد من التمثيل والتدريب على كيفية المهارات الاجتماعية، والتواصل الجيد مع الآخرين، والاستماع لهم، وعدم مقاطعتهم أثناء الحديث، واحترام أسرارهم. ويؤكد المرشد على أهمية المهارات التالية في تكوين الصداقات: الإصغاء والانتباه لكلام الأصدقاء، كيف يواجه ويسأل ويشرك الصديق في نشاطات محببة له، البشاشة، والابتسام عند رؤية الصديق، والتعبير عن الدعم والاستحسان والعطف والتعاطف مع الصديق من خلال مواقف تمثيلية وأداء الدور بين المرشد وأحد الطلاب أو بين الطلاب أنفسهم.

الغنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، التعزيز، التعاقد، حديث الذات الايجابي، مشاهده أفلام قصيرة تتحدث عن تكوين الصداقات وأهميتها ومواقف تمثيلية صافية، النمذجة، ومن الممكن إعطاء قصص حول الرفاق ومساوئ العزلة مثلاً (العلاج بالقراءة).

الواجبات المنزلية: قم بالتعرف إلى صديق جديد، وابحث عن الاهتمامات المشتركة بينكما، ووضح كيف تم التعرف إليه من

مشاعر الكفاءة، والثقة تعمل على زيادة الانتباه، وتعرض الطفل لمهمات فرص النجاح فيها عالية تزيد من حالة الانتباه، والمدح والثناء عند إتمام المهمات المطلوبة يزيد من حالة الانتباه. وتعرض الأطفال لمهمات متفاوتة الزمن للانتباه فيها ومتدرجة. ولا بد من ملاحظة أن يتم ذلك التدريب في جو من ضبط للمثيرات المشتتة والخارجية، وتشويق، وجذب للانتباه بدرجة واضحة، وتعليم الطفل كيف يقاوم التشتت من خلال الرجوع للمهمة المطلوبة. ويمكن عرض مجموعة من العبارات لكي تساعد الطفل على الانتباه يحدث بهام نفسه: لا تشغل عن المهمة المطلوبة، لا تترك المطلوب منك الانتباه إليه، أنت قادر على إكمال المهمة، وان يعزز الفرد ذاته على الانتباه: لقد أكملت المهمة، في طريقي لإنهاء النشاط.. سوف أنجح في الأداء للمهمة.. وهكذا.

الغنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، التعزيز، التعاقد، حديث الذات الايجابي، مشاهده أفلام قصيرة ومواقف تمثيلية وغيرها.

الواجبات المنزلية: وجه انتباهك إلى موقف خاص وقم بقياس الزمن أثناء توجيهك الانتباه واعمل على خصم الزمن إذا قمت بأي شرود ذهني من الموقف، وقم بتعزيز نفسك من خلال وضع نجمة لك في جدول خاص في حالة الاستمرار في الانتباه. قم بتكرار مواقف أخرى ومراقبة الزمن، ماذا تلاحظ؟؟

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية الانتباه في حياة الطفل ودراسته، والوعي بأهمية محاولة زيادة الوقت المخصص للانتباه تدريجياً.

الجلسة الثامنة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)
2. مساعدة الطلاب على تكوين الصداقة والأصدقاء. (30 دقيقة)

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب وسؤالهم عن الواجب المنزلي من حيث الصعوبات التي واجهتهم ونجاحهم في زيادة

خلال تقرير تكتبه.

نقشك وشخصيتك وأكتبها في ورقة بعد تكرار كل عبارة أكثر من

10 مرات.. ماذا تلاحظ.. وراقب نفسك...

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية الرسائل الإيجابية التي

يوجهها الفرد لنفسه، وزيادة ثقته بنفسه ومحاولة الوصول لتلك

الصفات.

الجلسة العاشرة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في تحسين الدافعية

Motivation لديهم. (30 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويسألهم عن الواجب

المنزلي وكيف قاموا بتكرار العبارات، وما هي تلك العبارات التي

ردها كل منهم، ويرغب في امتلاكها في شخصيته. ومناقشة

استفسارات الطلاب حول النشاط.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب مساعدة الطلاب

ذوي صعوبات التعلم في تحسين الدافعية لديهم. ويقول المرشد:

النجاح الدراسي يحتاج أن يكون هناك دافعية (همة ونشاط) لدى

الفرد للقيام بما هو مطلوب منه لكي يحقق معايير النجاح.

والدافع حالة داخلية تدفع السلوك وتوجهه، ونشاط الفرد لا

يستمر دون وجود دافع لديه. ولعل التوقعات المنخفضة للطلاب

عن أنفسهم، وكذلك توقعات آبائهم المتدنية، وعدم الاهتمام والنقد

المتكرر، وتدني تقدير الذات، وغيرها قد تقف أسباب لتدني

الدافعية لدى الطلاب.. وهنا يناقش المرشد بعض الأساليب

المساعدة ومنها: أن يضع الفرد لنفسه أهداف واقعية، ومناسبة،

فالأهداف الصعبة محبطة للفرد، وتجربة خبرات النجاح، وأن

يعزز الفرد نجاحه الأكاديمي: أن يعزز الفرد ويكافئ نفسه بعد

كل اجتياز لأي اختبار تحصيلي، وتنمية حب الاستطلاع لديهم

واستخدام التعاقد السلوكي بين المرشد وأفراد المجموعة والتعزيز

على كل نجاح، ومن الممكن أن يؤثر المرشد على توقعات

الأهل والمعلمين عن الطفل من التوقعات المتدنية إلى التوقعات

الإيجابية ويشعرهم بأهمية ذلك، وأن يضع الفرد لنفسه أهداف

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية الانتباه في حياة الطفل

ودراسته، والوعي بأهمية محاولة زيادة الوقت المخصص للانتباه

تدريباً.

الجلسة التاسعة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب على الحديث الذاتي الإيجابي مع النفس.

(25 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويسألهم عن الواجب

المنزلي وكيف قاموا بالتعرف على الأصدقاء الجدد وطرقهم في

ذلك وأبرز الصعوبات التي واجهتهم، ويقدم المرشد التغذية

الراجعة والمعززة لهم. ويؤكد على أهمية الأصدقاء في حياة

الطلاب.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب على الحديث

الذاتي الإيجابي مع النفس (الحوار الداخلي مع النفس، أو

الأحاديث العقلانية مع الذات) حيث يقوم الفرد بالحديث الذاتي

الإيجابي مع نفسه حيث يقول ويردد عبارات إيجابية لنفسه،

ويتأمل فيها، ويؤمن بها، عندها ستتحسن حالة العجز لديه بعد

ذلك ومن تلك العبارات: (أنا أستطيع تحقيق هدفي في الحياة،

أقدر على تنظيم وقتي، أنظم دراستي بشكل مناسب، لدي قدرة

جيدة على الفهم والتذكر وحل المشكلات... أنا لا أختلف عن

أصدقائي ومعرفي،.. أنا أحب الناس وأشعر بحبهم لي..

وهكذا)..

ويقوم يومياً بقول وتكرار تلك العبارات لنفسه، ويحاول أن يثبتها

لنفسه أن أقدر، أنا أستطيع،..

الفنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، التعزيز،

التعاقد، حديث الذات الإيجابي، النمذجة، وضرب أمثلة وإعطاء

نشرات حول أهمية تلك الإستراتيجية.

الواجبات المنزلية: قم بالحديث مع نفسك وردد مجموعة من

العبارات التي تصف نفسك بصفات جيدة وترغب بامتلاكها حول

الطلاب وهم يشاهدون ومن ثم يقومون بما شاهدوه.. ويمكن أن يردد الفرد هنا العبارات الايجابية التي سبق تعلمها.. أنا أقدر، أنا أستطيع السيطرة على نفسي...

الفنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، التعزيز، التعاقد، حديث الذات الايجابي، النمذجة، ومن ضرب أمثلة وإعطاء نشرات حول أهمية تلك الإستراتيجية.

الواجبات المنزلية: قم بتمارين الاسترخاء لكل (عضو من أعضاء الجسم)... وكرر الكلمات الايجابية التي تحدثت بها نفسك أثناء التمارين ولاحظ ماذا تشعر...

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية الشعور بالسيطرة على النفس، وامتلاك مهارة الاسترخاء، وشعور بالثقة بالنفس.

الجلسة الثانية عشرة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في تعلم مهارات الدراسة الفعالة. (30 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويسألهم عن الواجب المنزلي وكيف قاموا بتمارين الاسترخاء وما هي الصعوبات التي واجهتهم، وما هو شعورهم بعد تلك التمارين، والاستماع لكل ما يقولونه.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب مساعدة الطلاب على امتلاك مهارات الدراسة الفعالة من حيث طريقة الجلوس الصحيح، تنظيم الوقت، وأهمية البيئة والمكان الذي يدرس فيه الطفل، وتهيئه نفسه للدراسة، واستخدام الأقلام الملونة للإشارة لبعض الكلمات في الدرس، والقيام بتجزئه المادة الدراسية إلى وحدات صغيرة، والإجابة على أسئلة الدرس، ومحاولة الانتباه لكل النقاط المهمة في الجزئية التي يدرسها سواء كانت مفاهيم أو تعداد، أو أسماء العلماء وغيرها. وان يطرح على نفسه بعض الأسئلة بعد الانتهاء من تلك الجزئية لكي يقوم نفسه.

خطوات الدراسة:

أ. التصفح: وهو مسح شامل وسريع للفصل الدراسي من

مستقبله مناسبة يسعى إليها، ومناقشة العلاقة بين الهدف المستقبلي والتحصيل الدراسي. ويناقش المرشد استفسارات الطلاب ويوجه اهتماماتهم.

الفنيات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، التعزيز، التعاقد، حديث الذات الايجابي، النمذجة، ومن ضرب أمثلة وإعطاء نشرات حول أهمية تلك الإستراتيجية.

الواجبات المنزلية: قم بالحديث مع نفسك وردد مجموعة من الأهداف المهنية (المهنة في المستقبل) التي ترغب في الوصول إليها. واكتب ثلاث مهن ترغب في العمل فيها وبالترتيب.

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية وضع الأهداف المهنية لدى الفرد وأثرها على دراسته، وتحسين همته الدراسية ودافعيته.

الجلسة الحادية عشرة:

الأهداف:

1. مناقشة الواجب المنزلي لدى أفراد المجموعة. (15 دقيقة)

2. مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم في تعلم مهارة الاسترخاء. (30 دقيقة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويسألهم عن الواجب المنزلي، وكيف قاموا بتكرار العبارات، وما هي تلك العبارات التي ردها كل منهم، ويرغب في امتلاكها في شخصيته. ومناقشة استفسارات الطلاب حول النشاط.

2. يتمثل الهدف الثاني في مساعدة الطلاب مساعدة الطلاب ذوي صعوبات التعلم تعلم مهارة الاسترخاء، وهي صورة من صور العلاج الذاتي بهدف ضبط المشاعر، وتخفيف القلق والتوتر والتسرع لدى الفرد، وهي تؤثر على تغيير فكرة الفرد السلبية عن النفس، وبأنه قادر على السيطرة على نفسه مما يشعره بالثقة بالنفس. والاسترخاء يحدث من خلال تدريب الفرد على الشد والإرخاء لكل عضلة من العضلات الجسم، فيبدأ بالجز العلوي من الجسم الرأس ويحركه لليمين والشمال والخلف والأمام عددا من المرات، ثم ينتقل للأطراف فيبدأ باليد اليمنى انقباض وفتح لليد... وهكذا لليد اليسرى ثم الأرجل وهكذا.. ومن ثم ينتقل للبطن والظهر. ويمكن للمرشد القيام بالتمارين أمام

عناوين، وتفاصيل، وما يتعلق به.

الجلسة الرابعة عشرة والأخيرة:

الأهداف:

ب. التساؤل: ويعني طرح مجموعة من الأسئلة فيما تقرأ من

عناوين، ومعلومات وهذا يساعدك على التذكر.

ث. القراءة: قراءة تفصيلية للفصل وطرح أسئلة على النفس بعد

كل عنوان من العناوين الرئيسية والفرعية.

ج. التسميع: بعد قراءة الأسئلة حاول الإجابة على الأسئلة التي

وضعتها أو الموجودة في نهاية الفصل.

د. المراجعة: قم بمراجعة الفصل ولما تم مذاكرته من عناوين

وأفكار وملاحظات وضعتها في الهامش.

الفيئات المستخدمة: المحاضرة، أداء الدوار، المناقشة، الت

عزيز، التعاقد، النمذجة، ومن ضرب أمثلة وإعطاء نشرات حول

أهمية الدراسة الفعالة.

الواجبات المنزلية: قم بالدراسة في البيت من خلال الأسلوب

الذي تعلمته، وابتعد عن الضوضاء والمؤثرات الخارجية.

النتائج المتوقعة: وعي أفضل لأهمية مهارات تحسين أسلوب

الدراسة وهي مهارة أساسية لجميع الأفراد. وهذا ينعكس على

الشعور بالثقة والتقدير.

الجلسة الثالثة عشرة:

الأهداف:

1. مناقشة ومراجعة لجميع النشاطات والمهارات التي تمت في

البرنامج (زمن الجلسة).

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويذكرهم إن تلك الجلسة

هي " قبل الأخيرة " ويقوم بالتذكير بالمهارات التي تمت مناقشتها

في البرنامج، وأهمية تلك المهارات في تحسين حالة العجز

المتعلم لدى الفرد ويشعره بالثقة والتقدير والاحترام لنفسه مما

ينعكس على تفاعله مع الآخرين من حوله. والمراجعة لكل

المهارات ويوضح أهميتها ويستمع لرأي الطلاب فيها.

الواجبات المنزلية: يطلب المرشد من الطلاب بالتحضير

للاحتفال الذي سيجري في الجلسة القادمة.

النتائج المتوقعة: شعور بالثقة والتقدير والقوة والنجاح بين

الطلاب.

1. الاحتفال بانتهاء البرنامج الإرشادي. الزمن (زمن الاحتفال)

1. يبدأ المرشد في الترحيب بالطلاب، ويذكرهم إن تلك الجلسة

هي " الأخيرة " ويتم هنا عرض برنامج الحفل الذي يتضمن:

كلمات للطلاب، والمرشد، والعباب ونشاطات ترفيهية، وتناول

الحلوى.

الواجبات المنزلية: يطلب المرشد من الطلاب تطبيق ما تم تعلمه

داخل البرنامج في مواقف الحياة والدراسة، ويبيد استعداده

للتواصل معهم من خلال البريد الإلكتروني للإجابة على

استفساراتهم.

النتائج المتوقعة: شعور بالثقة والتقدير والقوة والبهجة والنجاح

بين الطلاب.

## 5. التوصيات

1. يوصي الباحث باستخدام البرنامج المقترح على الطلاب ذوي

صعوبات التعلم لمساعدتهم في التخلص من حالة العجز المتعلم

لديهم.

2. توجيه الاهتمام والمساعدة للأطفال ذوي صعوبات التعلم

حيث إن لديهم قدرات تمثل نقاط مضيئة في حياتهم يمكن

استغلالها في دعم وتممية المجتمع.

3. توفير بيئة مدرسية قائمة على تمكين الأطفال ذوي صعوبات

التعلم من تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس والبعد عن

الشعور بالعجز.

4. تقديم دورات وبرامج للأهالي والمعلمين الذين يعملون مع

الأطفال ذوي صعوبات التعلم من أجل تعريفهم بطرق مساعدة

الأطفال ذوي صعوبات التعلم لكي يشعروا بالكفاءة، والإنتاجية،

والثقة بالذات والبعد عن الانطواء، والسلبية وفقدان الاهتمام.

5. كما يوصي الباحث ببناء برامج مقترحة أخرى على ضوء

نظريات ومناحي الإرشاد النفسي المختلفة، والمقارنة بينها من

مثل نظرية العلاج المتمركز حول الشخص، والنظرية العقلانية

الانفعالية، والواقعية.. وغيرها.

سياقاته وقضاياها الاجتماعية والتربوية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

[20] الفرحاتي، السيد محمود. (2010). العجز المتعلم إدراك اللاقوة في المواقف المختلفة. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

[21] الفرحاتي، السيد محمود. (2002). فعالية برنامج للإرشاد المعرفي في خفض العجز المتعلم لدى التلاميذ في المرحلة الإعدادية. رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية، جامعة المنصورة.

[24] أبو الخير، هانم الشربيني. (2005). العجز المتعلم وعلاقته بكل من اليأس والاكتئاب لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس.

[25] عاشور، نادية. (2014). العجز المتعلم وعلاقته بالرسوب الدراسي دراسة ميدانية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة متليلي. رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة الجزائر.

[33] الزالمي، جعفر جابر جواد. (2001). أثر برنامج في خفض العجز المتعلم لدى الراسبين في المرحلة المتوسطة وفي تحصيلهم الدراسي. أطروحة دكتوراه غير منشورة في جامعة بغداد.

[35] أبو حميدان، يوسف عبد الوهاب؛ الرواد، حسان إبراهيم. (2007). أثر برنامج إرشادي جمعي في معالجة العجز المتعلم لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في مدارس مدينة معان وعلاقته ببعض المتغيرات. مؤتمراً للبحوث والدراسات، المجلد الثاني والعشرون، العدد الرابع.

[36] عبد الفتاح، فقيه. (2001). أثر برنامج تدريبي لتنمية التوجه الدافعي الداخلي على تحسين الكفاءة الأكاديمية والأدائية لدى الطالب المعلم. مجلة كلية التربية العدد

6. ويوصي الباحث بتقديم التغذية الراجعة الايجابية والسلبية نحو البرنامج وأهدافه وجلساته والمهارات المستخدمة فيه والصعوبات التي قد ترافق تطبيقه لكي يتم تعديلها وتحسينها لا حقا بما يحقق هدف البرنامج.

7. وأخيرا القيام ببرامج مقترحة ضمن النظرية السلوكية المعرفية تستخدم تكنيكات وأساليب أخرى لمساعدة الطلبة ذوي صعوبات التعلم في التخلص من حالة العجز المتعلم لديهم، والمقارنة بين تلك الأساليب.

## المراجع

### أ. المراجع العربية

[1] السرطاوي، زيدان أحمد؛ والسرطاوي، عبد العزيز. (1984). صعوبات التعلم. الرياض: مكتبة الصفحات الذهبية.

[2] نداء، أحمد عواد. (2008). صعوبات التعلم. عمان: الوراق للنشر والتوزيع.

[3] عبيد، ماجدة. (2009). صعوبات التعلم وكيفية التعامل معها. عمان: دار صفا للنشر والتوزيع.

[4] السعيد، هلا. (2010). صعوبات التعلم بين النظرية والتطبيق والعلاج. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

[5] الخطيب، جمال. (1997). المدخل إلى التربية الخاصة. ط1، العين: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

[7] السرطاوي، زيدان؛ والسرطاوي عبد العزيز، وخشان أمين، وأبو جودة، وائل. (2009). مدخل إلى صعوبات التعلم. الرياض: دار الزهراء.

[9] أبو نيان، إبراهيم. (2000). صعوبات التعلم طرق التدريس والاستراتيجيات المعرفية. الرياض: أكاديمية التربية الخاصة.

[19] الفرحاتي، السيد محمود. (2009). العجز المتعلم:

- [13] Radden, J. (2002). *The nature of the Melancholy from Aristotle to kristeva*. oxford university Press US. (101) جامعة الأزهر.
- [14] Schubert, W. Lilly & Stewart, D. (2000). Overcoming the powerlessness of procrastination. *Guidance & counseling, Vol. 16 Issue1, p39*.
- [15] Badhwar,, N. (2009). The Milgram Experiments ,Learned Helplessness ,and Character Traits. *The Journal of Ethics ,13 (2-3),257-289*.
- [16] Finchman, F. et. al. (1989). Test anxiety and Academic Achievement: A longitudinal Analysis. *Child Development. Vol. 60.NO. 1. 45-138*.
- [17] Mc Intosh, M. L. (1996). Learned helplessness in the development of at risk behavior. *Un published doctoral dissertation. The University of North Carolina at Greensboro's*
- [18] Tracy, B. (2004). Goals!: How to get every Thing you want faster than you ever thought .Berret - Koehler Puplshers, ISBN 1576753077,9781576753071.
- [22] Sideridis, G. D. (2003). On the origins of helpless behavior of students with learning disabilities: avoidance motivation?. *International Journal of Educational Research, 39(4), 497-517*.
- [23] Valås, H. (2001). Learned Helplessness and Psychological Adjustment II: effects of learning disabilities and low achievement. *Scandinavian Journal of Educational Research, 45(2), 101-114*.
- [26] Arnold, N. G. (1996). Learned helplessness and attribution for success and failure in LD students. Dostupno na: <http://www.aimhieducational.com/InclusionResources/learnedhelplessness-131.pdf> (posjet 27. svibnja 2010).
- [38] سعودي، محمد؛ عبد الوهاب، داليا. (2013). أثر برنامج تدريبي لاستثارة الدافعية الأكاديمية الداخلية في تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة ذوي العجز المتعلم بمدينة الطائف. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد 37، الجزء الأول*.
- [40] العطية، أسماء. (2013). برنامج تدريبي لتنمية الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم. *مجلة الإرشاد النفسي -مركز الإرشاد النفسي، العدد 34 ابريل*.
- [41] حسين، ربيع شعبان. (2005). أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض مكونات الدافعية الأكاديمية الذاتية لدى عينة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعه الأزهر.
- ب. المراجع الأجنبية
- [6] Steele, M. M. (2005). Teaching students with learning disabilities: Constructivism or behaviorism. *Current Issues in Education, 8(10), 6-16*.
- [8] Hwang, j. (1993). study of the relation between academic failure and learned helplessness in student with without learning disabilities. *Dis, APS. V (53) 08A, P. (2765)*.
- [10] Seligman, M (1975). *Helplessness: on Depression development, And Death*. Sanfrancisco: Freeman.
- [11] Seligman, M (2000). *Helplessness: on Depression development, And Death*. Sanfrancisco: Freeman.
- [12] Alloy, I, Person, C, & Abramson, & Seligman. (1984). Attributional style and generality and psychology, V (46) n (3) pp 681—687.

- [34] McKinney, J. D. (1989). Longitudinal research on the behavioral characteristics of children with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 22(3), 141-150.
- [37] Leichtenritt, J., & Shechtman, Z. (2010). Children with and without learning disabilities: A comparison of processes and outcomes following group counseling. *Journal of learning disabilities*, 43(2), 169-179.
- [39] Marwood, H., & Hewitt, O. (2013). *Evaluating an anxiety group for people with learning disabilities using a mixed methodology*. *British Journal of Learning Disabilities*, 41(2), 150-158.
- [42] Moore E., Adams A., Elsworth J. & Lewis J. (1997) An anger management group for people with a learning disability. *British Journal of Learning Disabilities*, 25: 53–7.
- [43] Allt J., Fenner S. & Marvell C. (1997) The introduction of role-play to a group of women with learning disabilities: graded stages in developing role-play skills and some practical hints for facilitating role-play. *British Journal of Learning Disabilities*, 25: 144–7.
- [27] Nation, J. R., & Massad, P. (1978). Persistence training: A partial reinforcement procedure for reversing learned helplessness and depression. *Journal of Experimental Psychology: General*, 107(4), 436
- [28] Borkowski, J. G., Estrada, M. T., Milstead, M., & Hale, C. A. (1989). General problem-solving skills: Relations between metacognition and strategic processing. *Learning Disability Quarterly*, 12(1), 57-70.
- [29] Johnson, M. K. (1988). Reality monitoring: An experimental phenomenological approach. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117(4), 390.
- [30] CRASKE, M. L. (1988). Learned helplessness, self-worth motivation and attribution retraining for primary school children. *British Journal of Educational Psychology*, 58(2), 152-164.
- [31] Tominey, M. F. (1995). Attributional style as a predictor of academic success for students with learning disabilities and attention deficit disorder in postsecondary education (*Doctoral dissertation, University of North Texas*).
- [32] Perry, R. P. (1999). Teaching for Success: Assisting Helpless Students in Their *Academic Development*. *Education Canada*, 39(1), 16-19.



# A SUGGESTION COUNSELING PROGRAM BASED ON COGNITIVE BEHAVIORAL THEORY TO REDUCE THE DEGREE OF LEARNED HELPLESSNESS AMONG STUDENTS WITH LEARNING DISABILITY

ALI MOUSA AALSUBHIEN

Department of Psychology

king Saud University

***Abstract\_** The present study aimed to build suggestion Counseling program based on cognitive behavioral theory, for Children with learning disability who are suffering from the learned helplessness. The suggestion Program consists of (14 session) for a period of seven weeks, the time of each session between (40-50) minutes. Where children achieve a set of goals through the exercise skills, methods and techniques to help get rid of the of learned helplessness and have a sense of importance and achievement. The researcher recommends using the suggestion program by School counselors and psychologists in schools. As well as can be used by parents to take advantage of the activities available and techniques.*

***Key words:** Children with learning disability, learned helplessness, cognitive behavioral theory, Suggestion Counseling Program.*